

Trainingsplan

Jugendliche (12 - 17 Jahre)

Dienstag: 17:00 - 18:00 Uhr

Donnerstag: 17:00 - 18:00 Uhr

Erwachsene

Montag, Dienstag,

Donnerstag: 18:00 - 19:30 Uhr

Trainer

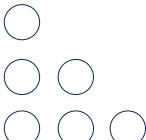
Thomas Breuer, Nicole Timmann, Ulrike Tunnermann
(DOSB-lizenzierte Übungsleiter).

Ort

Am Sportplatz 98a, Glinde
Box - Gym

Ansprechpartner

Sebastian Geswein
boxen@tsv-glinde.de



Unsere Preise

(pro Monat)

Vereinsbeitrag

Kinder & Jugendliche:	14,00 €
Erwachsene:	22,00 €
Familie (ab 3 Pers., inkl. 1 Erziehungsberechtigten):	46,00 €
Passive Mitglieder (ohne Sport):	7,00 €
Ermäßigte Erwachsene (Schüler, Studenten, Azubis bis 26 J. mit Nachweis):	16,00 €

Abteilungsbeitrag

Kinder & Jugendliche:	10,00 €
Erwachsene:	15,00 €
Monatsbeitrag gesamt:	
Kinder & Jugendliche:	24,00 €

Erwachsene: 37,00 €

Einmalige Aufnahmegebühr 1x Vereinsbeitrag

Stand: 21.November 2025



info@tsv-glinde.de



040 - 710 72 15



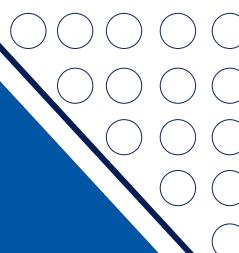
[@tsvglinde](https://www.instagram.com/tsvglinde)



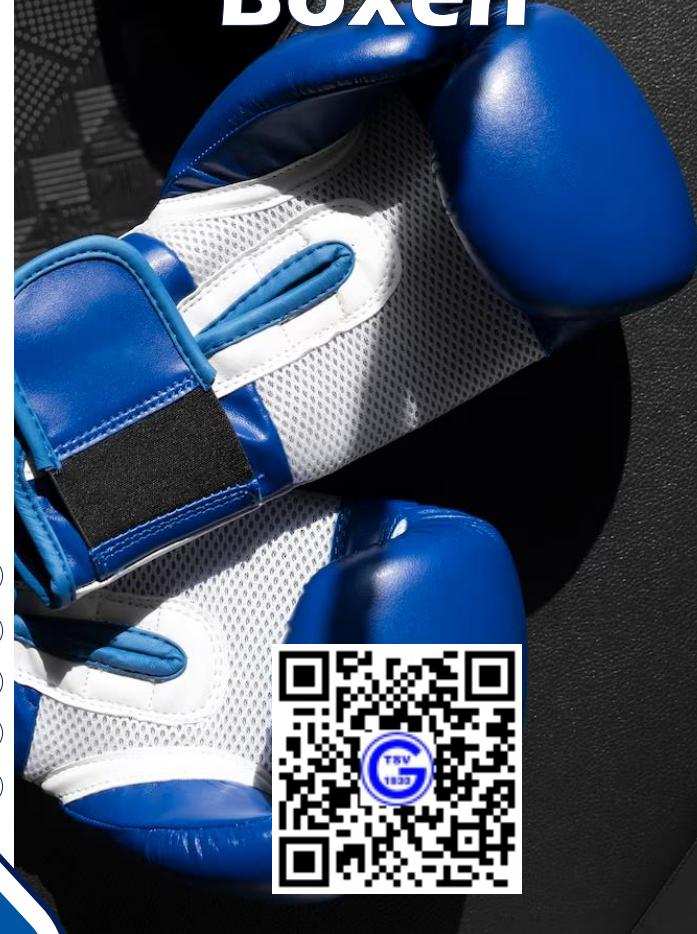
Am Sportplatz 98a
21509 Glinde



TSV Glinde von 1930 e.V.



Boxen



Beim Boxtraining lernen Sie Technik und Taktik

Spaß und Leidenschaft kommen
von selbst!

Bei den Erwachsenen haben wir
nur Wettkampftraining.

Buche ein Probetraining, und wenn
der Muskelkater verschwunden ist
gibt es noch zwei weitere
Schnuppertermine.

Schnuppertraining für Erwachsene:
5,00 €.

Wir freuen uns auf Sie!



Boxen in Glinde Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Boxtraining verbessert Kraft,
Ausdauer, Koordination und
Reaktionsvermögen. Zudem
förderst du Fairness, Mut,
Selbstbewusstsein und
Willenskraft. Kein Wunder, dass es
bei Freizeitsportlern immer
beliebter wird!

Das Training umfasst Gymnastik,
Stretching, Muskelaufbau sowie
Übungen für Koordination und
Konzentration. Lernen Sie die
Grundtechniken unter
professioneller Anleitung.

Allgemeines

Minderjährige
Zustimmung der
Erziehungsberechtigten erforderlich.

Probetraining
Bandagen zum Schutz von
Handgelenken und Knöcheln
empfohlen. Handschuhe und
Zahnschutz erst nach dem Beitritt
nötig.

Wettkampf Möglichkeit zur
Teilnahme am Wettkampf durch
unsere Mitgliedschaft im Hamburger
Amateur Box Verband
(www.habv.de).

Interesse?
Vereinbaren Sie einen Termin für ein
Probetraining per E-Mail:
boxen@tsv-glinde.de.

Wir freuen uns auf Dich!
Bis dahin: Deckung hoch!

